

Cómo limpiar tu teléfono para protegerte del coronavirus

[THE NEW YORK TIMES](#)



Foto de archivo: un hombre luciendo un barbijo se saca una foto con su teléfono celular en el Aeropuerto Internacional Ministro Pistarini de Buenos Aires, Argentina. 3 mar, 2020. REUTERS/Matias Baglietto

Una cosa es dejar de tocarte la cara. Otra muy diferente es dejar de tocar las cosas que tocan tu cara.

El coronavirus ha llegado y no da señales de que vaya a detenerse. Una de las mejores maneras de protegerte es mantener tus manos limpias y lejos de tu cara, pero es difícil estar siempre pendientes de nuestros movimientos.

Mantener el teléfono limpio es otra forma inteligente de evitar que los gérmenes se acerquen a las yemas de nuestros dedos. **Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos consideran que tu celular es una "superficie de alto contacto" y, por lo tanto, podría ser portador del virus.**

Pero limpiar el teléfono (a fondo, quiero decir) no es tan sencillo como podría parecer: tiene todo tipo de recovecos y grietas, cristales delicados y fundas protectoras con diseños intrincados.

1. Qué no hacer

Cualquier tipo de humedad puede interferir con el funcionamiento del teléfono. Apple recomienda que la gente evite usar limpiadores en aerosol o productos de uso rudo.

Nada de cloro, nada de aerosoles. Necesitas que tu teléfono funcione, aun si lo quieres limpio. Además, y esto probablemente no hace falta decirlo, no debes sumergir tu teléfono en ningún tipo de líquido, ya sea antibacteriano o de cualquier otro tipo. Eso no terminará bien para ninguno de los dos.

2. Qué sí hacer

Una limpieza suave con un producto que tenga un 70 por ciento de alcohol isopropílico es más que suficiente. Apple recomienda Clorox, y los CDC dicen que los desinfectantes domésticos registrados por la Agencia de Protección Ambiental son eficaces.

Usa guantes desechables para limpiar, como recomiendan los CDC, y lávate bien las manos después. Al igual que tu teléfono, los guantes reutilizables pueden albergar partículas de virus, lo que los vuelve prácticamente inservibles.

Y no olvides la funda de tu teléfono.

www.psicoadolescencia.com.ar

Límpiala por dentro y por fuera, de un extremo al otro. Deja que se seque antes de volver a montarla.

También podrías considerar cambiar un poco tu comportamiento. AT&T sugiere compartir fotos a través de mensajes de texto, en lugar de pasar el teléfono de mano en mano, y usar dispositivos como auriculares y tecnología como la Bluetooth para mantener el celular alejado de tu rostro.



Una mujer mira su celular en Londres. REUTERS/Toby Melville

¿Por qué?

Quizá esto sea lo mejor que puedes hacer en todo el día. **Este brote es veloz y la investigación es, por naturaleza, de actualización lenta. Como resultado, los CDC todavía no saben exactamente cuánto tiempo puede estar adherido a una superficie el virus, pero las pruebas sugieren que podría ser “desde horas hasta días”.**

Además, los teléfonos son... asquerosos. Un estudio de 2017 publicado en la revista *Germes* encontró una gran cantidad de bacterias, virus y patógenos en 27 teléfonos móviles de adolescentes. Los científicos escribieron que “tienen la hipótesis de que esto puede desempeñar un papel en la propagación de los agentes infecciosos en la comunidad”.

Siempre vale más prevenir que lamentar.

*c. 2020 The New York Times Company